

Moncton MFRC Loop | CRFM de Moncton La Loupe

In this issue...

Program Registration...	P.2
Partners for Life...	P.3
Privacy Code...	P.3
Board...	P.3
What's Happening Moncton...	P.4
New Families...	P.6
Workshops...	P.7
Employment News...	P.8
Second Language Services...	P.8
Volunteering...	P.9
Outreach...	P.9
Calendar...	P.10
New Brunswick Doctors...	P.12
Childcare...	P.14
Family Support...	P.16
Babysitter's List...	P.19

Dans cette édition...

Inscription ...	P.2
Code de protection...	P.3
Partenaires pour la vie...	P.3
Conseil d'administration...	P.3
Que se passe-t-il à Moncton...	P.5
Nouveaux arrivant...	P.6
Ateliers...	P.7
Nouvelles du marché de l'emploi...	P.8
Services en langues ...	P.8
Bénévolat...	P.9
Régions éloignées...	P.9
Calendrier...	P.11
Physiciens au Nouveau-Brunswick...	P.13
Service de garde ...	P.15
Soutien familiale...	P.18
Liste de gardiens...	P.19



November 2013



Novembre 2013

LET US NEVER FORGET...
NOUS NOUS SOUVENONS...



PEI Remembrance Day Ceremony (2012)

Cérémonie du jour du Souvenir Î.-P.-É (2012)



Email Address...

Have you provided your email address to the Moncton MFRC yet? You could be missing out on all our news, event information and updates!

Please call 851-7223 or forward your email to mmfrc@rogers.com to be added to our distribution list.



Courriel électronique...

Avez-vous déjà fourni votre adresse courriel au CRFM? Vous manquez peut-être nos nouvelles, annonces d'activités et mises à jour!

Téléphonez 851-7223 ou envoyez un courriel à mmfrc@rogers.com pour vous ajouter à notre liste de distribution.



Claudia Beswick
Executive Director / Directrice exécutive

Tel: (506) 851-7030
mmfrc.executive@rogers.com

Directive pour vous inscrire à nos programmes

- ✧ Les cinq premiers jours (1 semaine) d'inscription est réservé pour les familles militaires seulement.
- ✧ L'inscription aux événements/programmes ne sera confirmée que lorsque le CRFM reçoit le paiement du participant. Les paiements peuvent être faits en argent comptant ou par un chèque postdaté avant la date limite.
- ✧ L'inscription pour les familles non militaires sera acceptée seulement une semaine (cinq jours) après le début des inscriptions du mois.
- ✧ Après la date limite et s'il y a encore des places disponibles, les inscriptions des familles militaires et non-militaires seront acceptées par premier venu premier servie.
- ✧ Les familles non-militaires peuvent être exigées de payer un frais supérieur que les familles militaires inscrites au même événement/programme. Ce frais est à la discrétion du coordonnateur/eur.
- ✧ Le CRFM de Moncton a le droit d'annuler un événement s'il n'y a pas au moins 51% des participants inscrits qui sont de familles militaires.
- ✧ Les employés du CRFM de Moncton ne sont pas permis de s'inscrire aux événements/programmes durant la première semaine qui est réservée aux familles militaires. Mais les employés peuvent inscrire les membres de leur famille ou les membres de leur famille qui sont de familles déployées.

Program Registration

- ✧ The first week (five working days) of program registration will be reserved for Military Community Members.
- ✧ Program registration will only be confirmed when applicable program fees have been paid in full, or secured with a post-dated cheque.
- ✧ Open registration will commence for non-military participants after the first week (five working days) of closed registration is complete.
- ✧ If spaces remain after the military participant registration deadline is complete, non-military participants can register on a first come first served basis.
- ✧ Non-military participants may pay a different rate for programs, as determined by Program Coordinators.
- ✧ The Moncton MFRC reserves the right to cancel programs that do not have a minimum of 51% military participation.
- ✧ Moncton MFRC Employees are not eligible to register for programs during the first week of registration (with the exception of registering their family members, or in the case of a deployed family member).

Brenda Arsenault LeBlanc
Business Manager / Directrice d'affaire

Tel: (506) 851-7261
mmfrc.admin@rogers.com





Partners For Life

The local military families are now a Partners For life with the local Canadian Blood Services (500 Mapleton Rd).

We would like to encourage you and your family to donate and help us in our quest of reaching 15 units this year. Our ID is **MONC012339**. Let's try to do our part; it's in you to give.

You can make an appointment at the clinic by calling 388-7522 or walk in and mention that you are Partners for Life **Military Families**.

Partenaires pour la vie

Les familles des militaires de la région sont désormais partenaires pour la vie de la division locale de la Société canadienne du sang (500, rue Mapleton).

Nous vous encourageons, ainsi que votre famille, à faire un don de sang et ainsi nous aider à atteindre notre objectif de 15 unités cette année.

Notre code d'identification est le **MONC012339**.

Tâchons de faire notre part, nous avons le don dans le sang.

Vous pouvez prendre rendez-vous à la clinique en appelant au 388-7522 ou en vous présentant en personne. Précisez que vous représentez le partenaire pour la vie **Familles des militaires**.

Moncton MFRC Board of Directors Conseil d'administration du CRFM de Moncton

Chairperson Présidente:	Cheryl Cokes
Vice Chairperson Vice présidente:	Barb Babin
Treasurer Trésorière:	Melanie Jolly
Secretary Secrétaire:	June Gracie
Members Membres:	Anne-Marie Lynch
PEI Representative /	
Représentantes de L'Î.-P.-É.:	Margaret Tesselaar
BComd Ex-Officio BPR Militaire:	Captain Beth Anne Parks

Privacy Code | code de protection

The Moncton MFRC adheres to the Privacy Code for Military Family Services Programs, developed by the Director Military Family Services (DMFS) to assist Military Family Resource Centres in protecting the personal information of Canadian Forces members and all other clients using Moncton MFRC services.

Le Centre de Ressources pour les Familles des Militaires de Moncton adhère au Code de protection de renseignements personnels développé par le Directeur des Services aux Familles des Militaires (DSFM). Le Code permet d'aider les centres de ressources pour les familles des militaires à protéger les renseignements personnels sur les membres des Forces canadiennes, leurs familles ainsi que les autres clients qui utilisent nos services.

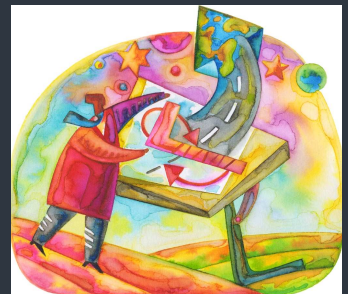
Suggestions...

The MFRC provides suggestion boxes in all our locations.

We encourage you to provide suggestions and ideas on how we can better serve you. Your feedback helps us to identify your needs as a community and to evaluate existing programs and services.

You may also send e-mails to mmfrc.executive@rogers.com with your suggestions or comments.

The Executive Director would be happy to receive all comments and suggestions.



Suggestions...

Des boîtes à suggestions sont disponible dans nos édifices.

S.V.P. sentez vous libre de nous faire part de vos opinions sur les différents services et programmes de votre CRFMM.

Votre rétroaction nous aide à identifier vos besoins en tant que communauté et aussi à évaluer nos programmes et services afin de mieux être à votre service!

Vous pouvez également envoyer vos suggestions ou commentaires par courriel à mmfrc.executive@rogers.com.

La directrice sera contente de recevoir vos commentaires ou suggestions.

Facebook...

Don't miss any news!!
Go to **Moncton MFRC / CRFM Moncton** to get all the information about activities and events for the month, to read exiting news about what is coming up at the MFRC, and links to other MFRC's facebook pages. Thank you to all of our fans that are making our page a success! We currently have 101 fans.



Facebook...

Restez dans le coup!
Rendez-vous à la page « **Moncton MFRC/CRFM Moncton** » pour obtenir tous les renseignements sur les activités et les événements du mois, pour découvrir les projets à venir du CRFM et connaître les liens vers les pages Facebook d'autres CRFM. Merci à tous nos « amis » qui font de notre page une réussite! Nous avons actuellement 101 amis.



Nellie Rousselle
Community Integration Coordinator
Coordinatrice en intégration communautaire

Tel: (506) 851-7268
mmfrc@rogers.com

What's Happening in Moncton!

Here is a list of Community events/festivals happening this November in the area:

November:

- 6 - 10: Francofête en Acadie! www.francofete.com.
- 9 -10: Moncton Kennel Club Dog Show, Moncton Coliseum.
- 11: Remembrance Day. Ceremonies happening in different communities.
- 14 - 22: International French film festival en Acadie, www.ficfa.com
- 15: Free Friday Evening Movie with Popcorn (Iron Man 3).
Riverview Community Hall 6:30pm.
- 15 - 17: Moncton Woodworking Show, Moncton Coliseum.
- 22 - 24: Christmas at the Coliseum, discount for military families!
www.christmas-at-the-coliseum.com
- 23: The Greater Moncton Majesta Santa Clause Parade!
Theme for this year is " Rock & Roll Christmas" 6pm Main St Moncton.

Indoor Skating.

- Moncton: Red Ballinternet Centre (4Ice), 55 Russ Howard Drive (384-4423)
Crossman Community Centre Kay Arena, 99 Wynwood Dr. (877-7715)
- Dieppe: Arean Centenaire, 489 Notre Dame St. (877-7931)
Arthur-J.-LeBlanc Centre, 432 Melanson Rd. (877-7931)
- Riverview: Byron Dobson Arena, 90 Biggs Dr. (387-2060)

Remembrance Day Parade - Moncton Coliseum (at 10:00 am):

Organized by the local Legion; come support our local CF members, their families and veterans. The MFRC is honored to have the spouse of a local military member that is currently serving overseas lay a wreath on the behalf of all the local military families.

Riverview: www.townofriverview.ca

Moncton: www.moncton.ca

Dieppe: www.dieppe.ca

Visit the area:

www.sportsdome.ca; an indoor sports facility that offers various sports for all ages. (Firday night paintball and bouncy castles to name a few!)

www.monctoncoliseum.com/Buy_Tickets_Miracles; Local basketball league, NBL

www.moncton-wildcats.com; local hockey league. CHL/QMJHL

www.marchemonctonmarket.ca; open every Saturday until 2pm.

www.marchedieppemarket.com; open every Saturday until 2pm.

Que se passe-t-il à Moncton

Voici une liste des activités communautaires et des festivals prévus en novembre dans la région :

Novembre:

- 6 au 10: Francofête en Acadie! www.francofete.com.
 9 et 10: Moncton Kennel Club Dog Show, Colisée de Moncton.
 11: Le jour du souvenir. Cérémonies dans différentes communautés.
 14 au 22: Festival international du cinéma francophone en Acadie, www.ficfa.com
 15: Soirée film gratuit avec mail soufflé (Iron Man 3). Salle communautaire Riverview 18h30.
 15 au 17: Moncton Woodworking Show, Colisée de Moncton.
 22 au 24: Noël au Colisée, rabais pour les familles militaires! www.christmas-at-the-coliseum.com
 23: La parade du père Noël Majesta du Grand Moncton! Le thème de cette année est " Un Noël Rock & Roll" 18h rue Main Moncton.

Patinage intérieur:

- | | | |
|------------|--|--------------------------|
| Moncton: | Centre Red Ballinternet (4glace), 55, prom. Russ Howard
Centre Communautaire Crossman Kay Arena,
99, prom. Wynwood . | (384-4423)
(877-7715) |
| Dieppe: | Aréna Centenaire, 489, rue Notre Dame
Centre Arthur-J.-LeBlanc, 432, ch. Melanson | (877-7931)
(877-7931) |
| Riverview: | Aréna Byron Dobson, 90, prom. Biggs | (387-2060) |

Cérémonie du jour du Souvenir au Colisée de Moncton (à 10 h):

Venez appuyer les membres des FC de la région, leurs familles ainsi que les anciens combattants lors de cette activité organisée par la filiale locale de la Légion. Le CRFM est honoré que l'épouse d'un militaire en déploiement outre-mer déposera une couronne au nom de toutes les familles des militaires de la région.

Riverview: www.townofriverview.ca

Moncton: www.moncton.ca

Dieppe: www.dieppe.ca

Visitez la région:

www.sportsdome.ca: Un centre de sport intérieur qui offre des options de sport pour tous les âges.

Exemple; Paintball du vendredi soir et soirée du vendredi jeux gonflables!

www.monctoncoliseum.com/Buy_Tickets/Moncton_Miracles; Ligue Basketball de la région, LNB

www.moncton-wildcats.com; local hockey league. CHL/QMJHL

www.marchemonctonmarket.ca : Ouvert tous les samedis matin.

www.marchedieppemarket.com : Ouvert tous les samedis matin.

CF Appreciation Program

Over the years, the Canadian Forces (CF) has engaged in successful relationships with numerous businesses across Canada and abroad.

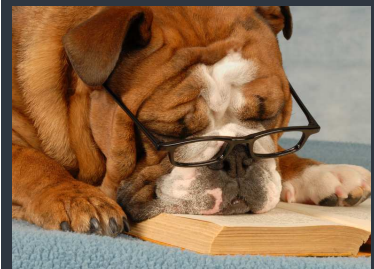
The CF Appreciation Program is an official program that was created to offer a variety of discounts to military personnel and their families. The program offers rate reductions and incentives that are exclusive to the members of the Canadian Forces through the CF Appreciation program website.

Visit the www.cfappreciation.ca

MFRC Resource Library...

The MFRC resource library is located at 21 Bennett Avenue. Books are available to bring home for a period of three weeks. Different titles available in English and French.

Visit our website to have the list of our resources available!



Bibliothèque de ressources du CRFM...

La bibliothèque de ressources du CRFM est située au 21, avenue Bennett. Vous pouvez emprunter les livres pour trois semaines. Différents titres sont disponibles en anglais et en français.

Visitez notre site web pour recevoir la liste de ressources disponible!

New families | Nouveaux arrivés

Clearing in at the MFRC

As Military members it is important to clear into the Moncton MFRC.

The information that you provide will ensure that we provide you and your family with the best services possible.

It is also important to clear out of the MFRC so we can then take your email and mailing address off of our distribution list providing you and your family receiving undesirable mail.

This can also provide you with the opportunity to let us know if your family will be staying in the area on IR.

Military Family Identification Cards (MFID)

Military Families (spouse/partners and their children over the age of 13) can receive their Military Family Identification (MFID) card at the MFRC. Both the military dependant and the member have to be present to complete the application for the MFID Card.

It offers military families a Canadian Forces photo identification card that offers access to DND facilities and accommodations at some locations.

Please make an appointment by calling 851-7223 to get yours today.



Pre-Santa Claus Parade Dinner

Date: Saturday, November 23

Time: 4pm-5:30pm

Location: ARMM (Mess Moncton)

No need to cook supper before the Santa Clause Parade, we have you covered. Pizza, salads and beverages!

Craft supplies will be available for children to make a card for Santa.

Grab a hot chocolate on your way out to keep you warm.

Cost: \$3.00 per person

Register by Wednesday November 20.

Formalités d'arrivée au CRFM

Les formalités d'arrivée des militaires comprennent une importante visite au CRFM de Moncton.

Selon les renseignements que vous nous donnerez, nous serons en mesure de vous offrir ainsi qu'à votre famille les meilleurs services possibles durant votre affectation à Moncton.

Il est également très important de passer au CRFM de Moncton au moment de quitter la région afin que nous puissions rayer vos adresses électronique et civique de notre liste de diffusion et éviter de la sorte de vous envoyer du courrier et des courriels indésirables.

Cette visite peut en outre vous permettre de nous indiquer si votre famille restera dans la région en raison d'une restriction imposée.

Cartes d'identité de famille (CIFM)

Les familles des militaires (les conjoints/partenaires et leurs enfants âgés de 13 ans et plus) peuvent obtenir leur carte d'identité des familles des militaires (CIFM) au CRFM. Le militaire et la personne à charge doivent être présents pour remplir la demande de la CIFM.

Les familles militaires obtiennent ainsi une carte d'identité des Forces canadiennes avec photo qui procure accès à certains logements et installations du MDN.

Veuillez prendre rendez-vous pour obtenir votre carte dès aujourd'hui en composant le 851-7223.

Souper avant la parade du Père Noël

Le samedi 23 novembre 2013

16 h à 17 h 30

Endroit : ARMM (Mess Moncton)

Vous n'avez pas besoin de préparer le souper avant la parade du Père Noël, nous avons pensé à vous. Nous servirons de la pizza, des salades et des boissons!

Du matériel de bricolage sera disponible pour que les enfants puissent fabriquer une carte pour le Père Noël.

En sortant, prenez un chocolat chaud pour vous tenir au chaud.

Coût : 3 \$ par personne

Veuillez vous inscrire d'ici le mercredi 20 novembre 2013

Introduction to Photography

Date: Thursday November 7, 2013

Time: 6:30pm

Location: Annex (110 Athlone Ave)

This Workshop is to learn the ins and outs of your camera. Professional Photographer Valerie Roy, will give general information about the different function of cameras and explain different technics that you can use to realize amazing pictures.

Please bring your camera (with instruction book) and she will be answering all your questions to be ready for the second session. This workshop is for Adults only.

Cost: \$10.00 per person

Register by Friday November 1, 2013.



Photography Workshop (2)

Date: Saturday November 16, 2013

Time: 9:00am - 11:00am

Location: Centennial Park

(in the event there is bad weather, the alternate date will be November 17th)

This session is to put in practice what you have learned in session 1 or to enhance what you already know. Valerie will guide you in taking gorgeous pictures at the Park. If you already have the basic knowledge and feel comfortable with your camera you can take session 2 without having to take the first session. This workshop is for Adults only.

Cost: \$10.00 per person

Register by Friday November 8, 2013.

Atelier d'introduction à la photographie

Le jeudi 7 novembre 2013

18 h 30

Endroit : Annexe (110, avenue Athlone)

Cet atelier vous permettra d'apprendre tout sur votre appareil-photo. Valerie Roy, photographe professionnelle, fournira des renseignements généraux sur les différentes fonctions des appareils-photo et expliquera les différentes techniques pouvant être utilisées pour prendre des photos remarquables.

Veuillez apporter votre appareil-photo (et le manuel d'instructions) et elle répondra à toutes vos questions afin de vous préparer pour le deuxième atelier. Cet atelier s'adresse aux adultes.

Coût : 10 \$ par personne

Veuillez vous inscrire d'ici le vendredi 1 novembre 2013

Atelier de photographie (2)

Le samedi 16 novembre 2013

De 9 h à 11 h

Endroit : Parc du Centenaire

(le 17 novembre en cas de mauvais temps)

Cet atelier vise à mettre à profit les techniques que vous avez apprises lors du premier atelier ou à perfectionner vos compétences actuelles. Valérie vous aidera à prendre de magnifiques photos dans le parc. Si vous possédez déjà les connaissances de base et que vous êtes à l'aise avec votre appareil-photo, vous pouvez participer au deuxième atelier sans suivre le premier. Cet atelier s'adresse aux adultes.

Coût : 10 \$ par personne

Veuillez vous inscrire d'ici le vendredi 8 novembre 2013

Fall Flea Market...

Saturday November 9th

8am to 2pm

Annex (110 Athlone Av.)

The MFRC will be transitioning into a satellite office this spring and we have done some Fall clean up! Many flea market items for sale; decorations, toys, books, and more.

Have a coffee on us while you browse around.

All proceeds are donated back to the MFRC for future activities.



Marché aux puces d'automne...

Le samedi 9 novembre

8 h à 14 h

Annexe (110, avenue Athlone)

Le CRFM transitionne vers un bureau satellite au printemps et nous avons fait le grand ménage! Vous y trouverez de tout; décorations, jouets, livres et plus encore. Venez faire un tour et nous vous offrons un café. L'argent amassée sera retourné au CRFM pour les activités à venir.

Programme de reconnaissance des FC

Au fil des années, les Forces canadiennes (FC) ont établi de très bonnes relations avec de nombreuses entreprises au Canada et à l'étranger.

Le programme de reconnaissance des FC a été créé pour offrir divers rabais aux militaires et à leur famille. Le programme offre des rabais et des avantages exclusifs aux membres des FC par l'entremise du site Web du programme de reconnaissance des FC.

Visitez le site www.reconnaissancefc.ca



Employment News

Professional growth is a definite benefit for anybody. It does not matter if you are already employed, a business owner, or a job seeker.

Professional development will always help you being up to date with new trends; inform you of different resources that are available, meet potential clients or future employers.

Here is a list of local colleges or universities that offers continuing education courses to career professional in many different areas.

Crandall University:

www.crandallu.ca

(under continuing education, English only)

Université de Moncton:

www.umoncton.ca/edperm/pp

(courses in French and English)

NBCC Moncton:

www.nbcc.ca

(under continuing education; English only and does offer French second language classes)

CCNB Dieppe:

www.ccnb.nb.ca

(under formation continue, French only)

Free online certificates in a variety of subjects;

www.cousera.org (English only)

Nouvelles du marché de l'emploi

Tout le monde a avantage à grandir sur le plan professionnel, peu importe que l'on soit un employé ou un propriétaire d'entreprise ou à la recherche d'un emploi.

Le perfectionnement professionnel vous aidera toujours à vous tenir au courant des nouvelles tendances, à vous informer sur les différentes ressources accessibles, à faire la connaissance de clients éventuels ou de futurs employeurs.

Voici une liste des Universités ou collèges locaux qui offrent des programmes d'éducation permanente aux professionnels dans de nombreux domaines différents.

Université Crandall:

www.crandallu.ca

(sous *continuing education*, en anglais seulement)

Université de Moncton:

www.umoncton.ca/edperm/pp

(cours offerts en français et en anglais)

NBCC Moncton:

www.nbcc.ca

(sous *continuing education*; en anglais seulement, l'établissement offre cependant des cours de français langue secondes)

CCNB Dieppe:

www.ccnb.nb.ca

(sous formation continue, en français seulement)

Un programme qui offre des certificats en ligne gratuitement sur une variété de sujets; www.cousera.org (en anglais seulement)

Second Language Development Services en langues secondes

Language skills are increasingly critical in today's multicultural environment, whether if you are looking to interact with your neighbors, parent committee or finding employment. Rosetta Stone is an effective and intuitive solution for helping you learn how to think and communicate in a new language right from the start.

Rosetta Stone is an online program that you can do from your home at your own pace. Spouses, parents and dependents of military members can have access to their own free course. You can register at any time.

Les compétences linguistiques sont de plus en plus importantes dans le milieu multiculturel d'aujourd'hui, que vous vouliez communiquer avec vos voisins, faire partie d'un comité de parents ou trouver un emploi. Rosetta Stone est une solution efficace et intuitive pour vous aider à penser et à communiquer dans une nouvelle langue dès le début.

Rosetta Stone est un programme d'apprentissage de langues secondes que vous pouvez entreprendre à la maison, à votre propre rythme. Il est offert aux conjoints et aux membres de la famille des militaires. Le programme est gratuit et vous pouvez commencer en tout temps!



Volunteering | Bénévolat

The role of the volunteer program is to:

- Provide help to program coordinators and allow them to provide more diversity in programming
- Provide a community building opportunity to the military community while they are living in Moncton
- Provide to the non-military community the opportunity to contribute to the wellbeing of the families that provide the foundation to the Canadian Forces. A chance to give back.
- Provide training opportunities to the volunteers
- Provide regular recognition and team building events with which we say: Thank you for making a difference at our Centre.
- Make our community more vibrant and caring

If you want to learn more about our program and the opportunities available, contact us (506) 851-7223 or by email mmfrc@rogers.com

Voici en quoi consiste le rôle du programme des bénévoles:

- Aider les coordonnateurs de programme et permettre une plus grande diversité
- Fournir aux bénévoles une occasion de renforcer la collectivité militaire pendant qu'il vivent à Moncton
- Fournir à la collectivité non militaire la chance de contribuer au bien-être des familles qui constituent le fondement des Forces Armées canadiennes, et de rendre une partie de ce qu'elle a reçu.
- Fournir des possibilités de formation aux bénévoles
- Organiser régulièrement des activités qui rendent hommage aux bénévoles, qui renforcent les équipes et qui permettent de leur dire: " Merci de faire toute la différence à notre Centre!".
- Rendre notre collectivité plus dynamique et humaine

Pour en apprendre plus sur notre programme de bénévolat communiquez avec nous (506) 851-7223 ou par courriel mmfrc@rogers.com.

Outreach | Régions éloignées

Strength Behind the Uniform News

The military family resource centre can provide you and your family a multitude of services no matter where you are. Please don't hesitate to come and see us when we are in your area, to ask questions, for help or just to say hi. We would love to hear what would make your military family lifestyle easier.

You can find us online at familyforce.ca or on facebook at Moncton MFRC / CRFM Moncton.

Nouvelles sur la Force conjointe

Le Centre de ressources pour les familles des militaires peut fournir à votre famille et à vous divers services, peu importe où vous êtes. N'hésitez pas à venir nous voir lorsque nous sommes dans votre région pour poser des questions, demander de l'aide ou simplement dire bonjour. Nous aimerions savoir ce qui faciliterait votre mode de vie en tant que famille militaire.

Vous pouvez consulter notre site Web à l'adresse suivante : familyforce.ca ou notre page Facebook : MFRC / CRFM Moncton.

November 2013

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1 Deadline to register for 1st Photography Workshop	2
3	4	5	6	7 Introduction to Photography Workshop 6:30 pm (Annex-110 Athone)	8 Deadline to register for 2nd Photography Workshop	9 Flea Market 8:00 - 2:00
10	11 Remembrance Day Ceremonies happening in different communities Office is closed	12	13	14	15	16 Photography Workshop (2) 9:00 - 11:00 am Centennial Park
17	18	19	20	21	22	23 Pre-Santa Claus Parade Dinner 4:00—5:30 pm ARMM (Moncton Mess)
24	25	26	27	28	29	30

During closed hours in case of emergency you may call:

Member Assistance Program
MFRC Emergency
MFRC Annex

1-800-866-4546
850-6372
860-5357

Family Information Line
Emergency Child Care
CHIMO counselling

1-800-268-7708
866-7469
1-800-667-5005

Novembre 2013

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
					1 Date limite d'inscription pour l'atelier de photographie du 7 novembre	2
3	4	5	6	7 Atelier d'introduction à la photographie 18 h 30 (Annexe-110, avenue Athone)	8 Date limite d'inscription pour l'atelier de photographie du 17 novembre	9 Marché aux puces 8 h à 14 h
10	11 Le jour du souvenir. Cérémonies dans différentes communautés Bureau fermé	12	13	14	15	16 Atelier de photographie (2) 9 h à 11 h Parc du Centenaire
17	18	19	20	21	22	23 Souper avant la parade du Père Noël. 16 h à 17 h 30 ARMM (Moncton Mess)
24	25	26	27	28	29	30

Pour les urgences pendant les heures de fermeture:

Programme d'assistance aux membres
Urgence du CRFM 850-6372
Annexe de CRFM 860-5357

1-800-866-4546 Ligne d'info pour famille
Service de garde d'urgence
CHIMO

1-800-268-7708
866-7469
1-800-667-5005



New Brunswick Doctors

New Brunswick is experiencing a shortage of family physicians and to make it easier for the population the Government of NB created a new website where families can register online to have access to a physician in their region.

Please visit www.gnb.ca/0217/registry-e.asp or search patient connect NB for more information or to register.

Here is a list of local walk in clinics in the area:

After Hours Causeway Medical Clinic Jean Coutu Pharmacy, 438 Coverdale Rd. Riverview Monday-Friday 4:30-7:30pm & Weekends 12:30-3:00pm	(384-8400)
Coverdale Rd After Hours Clinic Shoppers Drug Mart, 500 Coverdale Rd. Monday - Friday 6:00-8:00pm & Weekends 1:00-3:00pm	(387-7778)
Clinique Dépannage du Marais Pharmasave, 185 Acadie Ave Dieppe 7 days a week & holidays 12:30pm	(384-1110)
After Hours Medical Clinic Jean Coutu Pharmacy, 140 Champlain St. Suite 100 Dieppe; Mon-Friday 5:00pm	(383-7709)
Clinique Dr. Louis L. Bourque Pharmacie Jean Coutu 1116C Mountain Road Moncton, Monday-Friday 2:00-9:00 pm & Weekends 12:00-5:00pm	(855-1125)
After Hours Clinic Jean Coutu Pharmacy, 404 St. George St. Moncton; Monday-Thursday 5:30-8:00pm	(856-6122)
After Hours Medical Clinic Shoppers Drug Mart, Mountain Rd; Monday-Thursday 4:00-6:00 pm	(857-1006)
After Hours Medical Clinic Lounsbury Centre, 1633 Mountain Rd. Moncton; Tuesday-Thursday 6:00-9:00pm; Friday-Monday. 12:00-3:00pm & 6:00-9:00pm	(854-2273)
After Hours Medical Clinic Jean Coutu Pharmacy 1789 Mountain Rd. Suite 206 Moncton; Monday-Thursday 5:00-8:00pm	(388-9355)
Clinique Providence Pharmacie Lawton's 355-A Elmwood Drive, Moncton Monday-Friday 6:00-9:00pm & Weekend 12:00-3:00pm	(838-4331)
Main Street Family Clinic Super Store, 165 Main St. Moncton; Thursday 2:00-5:00pm & 6:00-9:00pm Friday 1:00-4:00pm & 6:00-9:00pm Weekends 1:00-4:00pm	(854-8805)
Super Store Trinity Dr. Monday.-Friday 1:00-4:00pm	(854-0133)

Physiciens au Nouveau-Brunswick

Le Nouveau-Brunswick vit une pénurie de médecins de famille et afin de rendre le processus d'attente plus facile pour la population le gouvernement du N.-B. à mis sur pied un nouveau site web où vous pouvez vous inscrire ainsi que votre famille pour trouver un médecin dans votre région. Visitez www.gnb.ca/0217/registry-e.asp ou rechercher accès patient NB pour plus d'information ou inscriptions.



Voici une liste des cliniques sans rendez-vous dans la région:

After Hours Causeway Medical Clinic

Pharmacie Jean Coutu 438, ch. Coverdale Riverview
lundi au vendredi 16h30 à 19h30, fin de semaines 12h30 à 15h

(384-8400)

Coverdale Rd After Hours Clinic

500, ch. Coverdale
lundi au vendredi 18h à 20h et fin de semaine 13h à 15h

(387-7778)

Clinique Dépannage du Marais

Pharmasave, 185 Acadie Ave Dieppe
7 jours par semaine et fêtes 12h30

(384-1110)

After Hours Medical Clinic

Pharmacie Jean Coutu 140, rue Champlain
Suite 100 Dieppe
lundi au vendredi 17h

(383-7709)

Clinique Dr. Louis L. Bourque

Pharmacie Jean Coutu
1116C Mountain Road Moncton,
lundi au vendredi 14h à 21h et fin de semaine 12h à 17h

(855-1125)

After Hours Clinic

Pharmacie Jean Coutu 404, rue St. George Moncton;
lundi au jeudi 17h30 à 20h

(856-6122)

After Hours Medical Clinic

Shoppers Drug Mart, Mountain Rd;
lundi au jeudi 16h00 à 18h00

(857-1006)

After Hours Medical Clinic

Lounsbury Centre, 1633, ch. Mountain Moncton
mardi à jeudi 18h à 21h; vendredi au lundi 12h à 15h et 18h à 21h

(854-2273)

After Hours Medical Clinic

Pharmacie Jean Coutu
1789, ch. Mountain Suite 206 Moncton;
lundi au jeudi 17h à 20h

(388-9355)

Clinique Providence

Pharmacie Lawton's
355-A, prom. Elmwood Moncton
lundi au vendredi 18h à 21h et fin de semaine 12h à 15h

(838-4331)

Main Street Family Clinic

Super Store, 165, rue Main Moncton; au jeudi 14h à 17h et 18h à 21h,
vendredi 13h à 16h et 18h à 21h et fin de semaine 13h à 16h

(854-8805)

Super Store Trinity Dr.

lundi au vendredi 13 h à 16 h

(854-0133)

Emergency Childcare...

All CF Families are required to have a Family Care Plan (FCP) in place to address their child care needs should a deployment or separation occur. However, even the best-laid plans can sometimes fall apart. Emergency Childcare is designed to support the ability of the CF members to be available for duty if their childcare plan fails. Ultimately we support CF families during short term crisis until they are able to make long term child care arrangements. An emergency is not considered recurring events for which a plan should be developed.

Emergency childcare is available all times of the day or night. Funding can be supported up to a maximum of 72 continuous hours. If you require Emergency Childcare please call (506) 860-5357 during working hours and after hours by calling (506) 866-7469.



Sheryl Wilson
Child & Youth Coordinator
Coordinatrice des enfants et des jeunes

Tel: (506) 851-7223
mmfrc.youth_coord@rogers.com

Remembrance Day...

Have your children ever asked you why we wear a poppy for Remembrance Day? Or where the idea originated? Below you will find some interesting historical facts on the Remembrance Day poppy to share with your family.

Poppy Facts:

- During the Napoleonic Wars, the poppy drew attention as the mysterious flower that bloomed over the graves of fallen soldiers.
- In the 20th century, the poppy again was widely noticed after soils in France and Belgium became rich in lime from rubble during the First World War. The little red flowers flourished around the graves of the war dead as they had 100 years earlier.
- In 1915, Guelph, Ontario native John McCrae, a doctor serving with the Canadian Artillery, recorded this phenomenon in his famous poem *In Flanders Fields*.
- Two days before the Armistice, Moina Michael, an American woman from Athens, Georgia, read the McCrae poem and was inspired to wear a poppy year-round in memory of the war dead.
- In 1920, Madame E. Guérin of France visited the United States and happened to meet Miss Michael at the YMCA at Columbia University, where the latter was a volunteer. Madame Guérin then resolved to sell handmade poppies around Armistice Day to raise money for poor children in the war-torn areas of Europe.
- In 1921, Field Marshall Earl Haig, the former commander-in-chief of the British Armies in France and Belgium and the principal founder of the British Legion, was sold on Madame Guérin's fundraising idea and approved organization of the British Poppy Day Appeal by the Legion to raise money for poor and disabled Veterans.

The same year, Madame Guérin visited Canada and convinced the Great War Veterans Association of Canada (predecessor to the Royal Canadian Legion) to similarly adopt the poppy as a symbol of remembrance in aid of fundraising.

Today, the Poppy Campaign is one of the Royal Canadian Legion's most important programs. The money raised from donations to the campaign provides direct assistance for Veterans in financial distress, as well as funding for medical appliances and research, home services, care facilities and numerous other purposes.





Le jour du souvenir...

Est-ce que vos enfants vous ont déjà demandé pourquoi nous portons un coquelicot pour le jour du souvenir? D'où cette idée vient? Voici quelque fait historique intéressant sur le jour du souvenir et le coquelicot que vous pouvez partager avec votre famille.

Anecdotes:

- C'est au cours des guerres napoléoniennes que l'on commença à remarquer le coquelicot, cette fleur mystérieuse qui poussait sur les tombes des soldats morts au combat.
- Le coquelicot fit une réapparition remarquée au cours du 20^e siècle du fait que les sols de la France et de la Belgique étaient devenus riches en calcaire à cause des décombres de la Première Guerre mondiale. Les petites fleurs rouges fleurissaient autour des tombes des soldats comme elles l'avaient fait 100 ans auparavant.
- En 1915, John McCrae, de Guelph, en Ontario, servit à titre de médecin dans l'artillerie canadienne, et immortalisa ce phénomène dans son célèbre poème *In Flanders Fields* (Au champ d'honneur, adaptation de Jean Pariseau).
- Deux jours avant l'Armistice, Moina Michael, une Américaine d'Athens, en Géorgie, lut le poème de McCrae et eut l'idée de porter un coquelicot durant toute l'année en souvenir de ceux qui étaient morts à la guerre.
- En 1920, une Française, madame E. Guérin, se rendit aux États-Unis et rencontra mademoiselle Michael qui était bénévole au YMCA, à l'Université Columbia. Madame Guérin décida de vendre des coquelicots faits à la main au cours de la période de l'anniversaire de l'Armistice afin d'amasser des fonds pour les enfants pauvres des pays qui avaient été ravagés par la guerre en Europe.
- En 1921, le feld-maréchal Earl Haig, commandant en chef des armées britanniques en France et en Belgique et principal fondateur de la Légion britannique, entendit parler de l'idée de madame Guérin et encouragea l'organisation du *British Poppy Day Appeal* (l'appel de fonds de la Journée du coquelicot en Grande-Bretagne) par la Légion en vue d'amasser des fonds pour les anciens combattants pauvres et handicapés.

La même année, madame Guérin fit un voyage au Canada et elle convainquit la *Great War Veterans Association of Canada* (l'association des anciens combattants du Canada de la Grande Guerre et prédécesseur de la Légion royale canadienne) d'adopter le coquelicot comme symbole du Souvenir à l'appui de la collecte de fonds.

Aujourd'hui, la Campagne du coquelicot constitue l'un des programmes les plus importants de la Légion royale canadienne. Les fonds provenant des ventes de coquelicots permettent d'offrir une aide financière directe aux anciens membres des forces dans le besoin, et de subventionner l'achat d'appareils médicaux, la recherche, les services à domicile, les établissements de soins, etc.



Service de garde en cas d'urgence...

Toutes les familles des FC doivent posséder un plan de garde familiale (PGF) contenant les dispositions à prendre pour leurs enfants en cas de déploiement ou de séparation dû à un entraînement. Toutefois, même le plan le mieux conçu peut parfois tomber à l'eau. Les services de garde d'urgence ont pour but de permettre aux membres des FC d'accomplir leur service quand le plan de garde familiale ne fonctionne plus. Nous soutenons les familles en cas de crise à court terme, jusqu'à ce que le PGF fonctionne.

Les événements récurrents pour lesquels un plan doit être élaboré, ne sont pas considérés comme des urgences.

Le service de garde d'urgence est disponible à tout moment du jour ou de la nuit et pour une période maximum de 72 heures consécutives. Téléphonez au (506) 860-5357 pendant les heures de travail ou au (506) 866-7469 en dehors des heures de travail.

Family Liaison Coordinator Office Hours...

Moncton MFRC:

Mon	8:30am-4:30pm
Tues	8:30am-4:30pm
Wed	8:30am-4:30pm
Thur	8:30am-4:30pm
Fri	8:30am-4:30pm



Nicole Rodgers
Family Liaison Coordinator
Coordinatrice de la liaison familiale

Tel: (506) 851-4869
mmfrc.flc@rogers.com

November 12th-26th is National Addictions Awareness Week. Promotional events will be taking place at bases and wings throughout Canada, providing CAF personnel and their families a chance to have fun while learning about an important subject. A link to the addictions awareness campaign website as well as additional resources will also be made available at www.familyforce.ca.

(The following information is from the Centre for Addiction and Mental Health website www.camh.ca)

Addiction Can be Described as the Presence of the 4 C's

- ◆ Craving
- ◆ Loss of control of amount or frequency of use
- ◆ Compulsion to use
- ◆ Use despite consequences

Why do People Keep Using?

- ◆ Makes the person feel good
- ◆ Gives them more confidence
- ◆ Helps them to forget about their problems
- ◆ They may have developed a dependency

What Are the Signs and Symptoms of an Addiction?

Harmful consequences such as:

- Injuries while under the influence
- Feelings of anxiety, irritability or depression
- Trouble thinking clearly
- Blackouts
- Problems with relationships
- Spending money on substances rather than food, rent or other essentials
- Loss of hope, feelings of emptiness

Loss of Control

- The person is aware that substance use causes problems but continues to use, even when they want to stop.
- They may use more than they intended, or in situations where they didn't want to use.

PEI, Charlottetown:
13 / 27 November
(9:00 - 3:00)



Responding to Someone Who May Have an Addiction

When you are worried that someone you know may have an addiction, it can be hard to figure out what to do about it. Here are some simple dos and don'ts to start with:

Don't ignore the problem.	Do raise your concerns with the person and let him or her know you are available to listen.
Don't argue with the person.	Do provide factual information about the problem. If the person gets angry or denies there is a problem, be patient but persistent.
Don't judge the person.	Do be positive and encourage change instead of blaming the person or making him or her feel guilty.
Don't push for treatment.	Do find out about available treatment programs and tell the person about them. He or she has to be the one to decide to make the change.

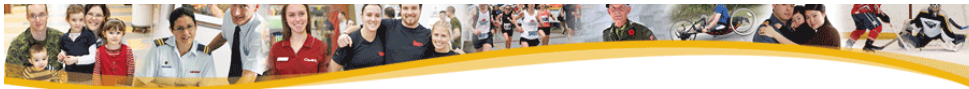
If you are worried that someone you know may have a substance use problem, it is important to encourage him or her to get help. Here are some places and people that may offer assistance:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| ⌘ A family service agency | ⌘ A religious or spiritual leader |
| ⌘ A community mental health agency | ⌘ A family doctor |
| ⌘ Telephone helplines | ⌘ A community health centre |
| ⌘ A hospital | |
| ⌘ A workplace employee assistance program (EAP) | |

No matter what region of Canada you live in you can find out what alcohol and drug rehab programs and information are available to you by visiting www.canadadrugrehab.ca or calling toll free 1-877-746-1963

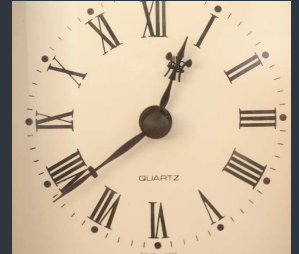
Resources:

- www.gnb.ca/0378/addiction-e.asp
- <http://www.camh.ca/>
- <http://www.familyforce.ca/> look for link to Addiction Awareness Campaign Website
- www.forces.gc.ca/en/caf-community-health-services-wellness-addiction/index.page?
- member assistance program



For more information, check out their website | Pour plus d'information visitez leur site web
www.cfmws.com | www.sbmfc.com

Coordinatrice de la liaison familiale - heures de travail



CRFM Moncton:

lundi 8h30 à 16h30
 mardi 8h30 à 16h30
 mercredi 8h30 à 16h30
 jeudi 8h30 à 16h30
 vendredi 8h30 à 16h30

IPE, Charlottetown:
 Le 13 et 27 novembre
 (9 h à 15 h)



Resources...

• Joint Personnel Support Unit/Integrated Personnel Support Centres

1-800-883-6094

Sgt. Darren Spicer
(Moncton)
506 860-5500 ext. 5601

www.forces.gc.ca/centre

• Canadian Forces Member Assistance program:

(Grief Counseling and Therapy)

1-800-268-7708

www.forces.gc.ca/assistance

• The Minds the Matter [https:// www.familyforce.ca/EN/ Pages/OSI.aspx](https://www.familyforce.ca/EN/Pages/OSI.aspx)

• OSI Connect

Free mobile app for
iPhone and Android

• OSISS - Operational Stress Injury Support Group

1-800-883-6094
www.osiss.ca

Serving Greater Moncton Area, Miramichi, Bathurst and Campbellton

Family Liaison Coordinator

(506)851-4869



La Semaine nationale de sensibilisation aux toxicomanies aura lieu du 12 au 26 novembre. Des activités de sensibilisation se tiendront à des bases et à des escadres dans l'ensemble du pays afin de permettre aux membres des FAC et à leurs familles de se divertir et d'en apprendre davantage sur un sujet important. Un lien vers le site Web de la campagne de sensibilisation aux toxicomanies ainsi que des ressources additionnelles seront disponibles à l'adresse : www.familyforce.ca.

Qu'est-ce que l'usage nocif ?

L'usage nocif ou usage à problème est une consommation susceptible de provoquer des dommages physiques, affectifs, psychologiques ou sociaux pour le consommateur et pour son environnement proche ou lointain.

Cet usage n'est pas uniquement lié à la quantité consommée en une seule fois (l'abus), ni à la répétition d'une consommation modérée et contrôlée de certaines substances. Les risques tiennent au danger spécifique du produit, aux dommages pour la santé et aux conséquences sociales de la consommation.

- Les risques pour la santé (risques sanitaires) : l'usage est nocif lorsqu'il entraîne une détérioration de l'état physique, la complication de certaines maladies, voire des décès prématurés.
- Les risques pour la vie quotidienne (risques sociaux) : l'usage est nocif dans les situations où la consommation et ses effets peuvent occasionner un danger, entraîner des dommages pour soi et pour les autres.

Signes extérieurs de l'usage nocif ou usage à problème

On parle d'usage nocif ou d'usage à problème lorsque l'on peut constater :

- l'utilisation d'une substance dans des situations où cela peut devenir dangereux : perte de vigilance (conduite automobile, d'une mobylette, d'une machine)
- des infractions répétées, liées à l'usage d'une substance (violences commises sous l'effet d'un produit, accidents divers sous l'effet du produit...)
- l'aggravation de problèmes personnels ou sociaux causés ou amplifiés par les effets de la substance sur les comportements (dégradation des relations familiales, difficultés financières...)
- des difficultés et/ou l'incapacité à remplir ses obligations dans la vie professionnelle, à l'école, à la maison (absences répétées, mauvaises performances au travail, mauvais résultats, absentéisme scolaire, exclusion, abandon des responsabilités...)
- l'incapacité à se passer du produit pendant plusieurs jours
- la mise en péril de la santé et de l'équilibre d'autrui (risques que fait encourir une femme enceinte à la santé de son bébé).

Ce texte est extrait du livre d'information "Drogues : savoir plus, risquer moins" réalisé par la [MILDT](#) et l'[INPES](#).

Et reproduit sur le site www.doctissimo.fr

Si vous ou un de vos proches avez un accro aux drogues, vous pouvez appeler au service télé-santé 811 ou des infirmières sont disponibles pour discuter et vous diriger aux ressources appropriées 24hr/7 jours.

Babysitter's List...

If you would like to add your name to our babysitter's list, please contact the Centre.

For all youth under 19 yrs of age, parents' permission will be required. Here is our most updated list of Babysitters in Moncton.

- Diane Caissie Lane; 386-4633 adult, bilingual week only and 2 and older.
- Jessica Nearing; 866-9920 adult, English, evenings & weekend.
- Nicholas Barbour; 854-6471, teen, bilingual, evenings & weekend (Moncton North)
- Marie-Pier Cormier; 204-4966, teen, bilingual, evening & weekend(Dieppe & Moncton)
- Quinn Smith; 204-1550, teen, bilingual, evening & weekend (Riverview)

*Babysitters on this list came to the MFRC to offer their services; most are military families and have given their permission to publish their names and contact numbers. It is the parent's responsibility to ask questions and verify that the babysitter fits the needs of their family. The MFRC does not take any responsibility in this matter.



Liste de gardiens et gardiennes d'enfants...

Pour faire ajouter votre nom à la liste, communiquez avec CRFM.

Les jeunes de moins de 19 ans doivent obtenir la permission de leurs parents. Voici la liste à jour des gardiens et gardiennes d'enfants de Moncton.

- Diane Caissie Lane : 386-4633, adulte, bilingue, en semaine et enfants de 2 ans et plus seulement.
- Jessica Nearing : 866-9920 adulte, anglophone, soirs et fins de semaine.
- Nicholas Barbour : 854-6471, adolescent, bilingue, soirs et fins de semaine (Moncton-Nord)
- Marie-Pier Cormier : 204-4966, adolescente, bilingue, soirs et fins de semaine (Dieppe et Moncton)
- Quinn Smith; 204-1550 adolescent, bilingue, soirs et fins de semaine (Riverview)

*Les gardiens et gardiennes figurant sur cette liste sont venus au CRFM pour offrir leurs services. La plupart proviennent de familles de militaire et ils nous ont donné la permission de publier leur nom et numéro de téléphone. Il incombe aux parents de poser les questions nécessaires et de vérifier si le gardien ou la gardienne répond aux besoins de leur famille. Le CRFM se décharge de toutes responsabilités.

Ressources...

- **Unité interarmées de soutien du personnel/ Centre intégré de soutien au personnel**

1-800-883-6094

Sgt. Darren Spicer (Moncton)
506 860-5500 poste 5601

www.forces.gc.ca/centre

- **Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes :**

(Services de consultation et de thérapie pour les personnes endeuillée)

1-800-268-7708

www.forces.gc.ca/assistance

- **Le pouvoir de l'esprity**
<https://www.familyforce.ca/FR/Pages/OSI.aspx>

- **OSI Connect**

Application mobile gratuite disponible sur iPhone et appareils Android

- **SSBSO; Soutien social blessures de stress opérationnel**

1-800-883-6094

www.osiss.ca

Dessert la région du grand Moncton, Miramichi, Bathurst et Campbellton

Coordinatrice de la liaison familiale
(506)851-4869



GUIDING VALUES

Respect

We treat military families and all who work with and support them with dignity and respect

Integrity

We inspire trust by acting with integrity and being accountable

Commitment

We acknowledge the unique strengths, challenges and diversity of military families and are dedicated to meeting their needs

Adaptability

We are progressive and flexible within an ever-changing environment

VALEURS

Respect

Nous traitons les familles de militaire avec laquelle nous travaillons et supportons avec dignité et respect.

Intégrité

Nous inspirons la confiance en agissant avec intégrité et en étant responsable.

Engagé

Nous sommes conscients des forces, défis et diversités des familles de militaire et sommes dévoués à rencontrer leur besoins.

Adaptabilité

Nous évoluons et sommes flexible dans un environnement en constant changement



Unless otherwise indicated, all image sources within this loop is the property of the Moncton Military Family Resource Centre and the PEI Military Family Services Centre.

Les photographies utilisées dans ce Loupe sont la propriété du Centre de ressources pour les familles de militaires de Moncton ou du centre de services des familles militaires de l'Î.-P.-É., sauf si indiqué autrement.

Moncton Military Family Resource Centre

21 Bennett Avenue, Moncton NB, E1E 1T5

Telephone: (506) 851-7223

Fax: (506) 851-7236

E-mail: mmfrc@rogers.com

Website: www.familyforce.ca



PEI Military Family Services Centre

88 Watts Avenue, Charlottetown PEI, C1E 2C1

Telephone: (902) 892-8999

Fax: (902) 368-0147

E-mail: Charlene.Mcinnis@forces.gc.ca

Website: www.familyforce.ca